

ဗီဒီယိုဖုန်းခေါ်ခြင်းမှတစ်ဆင့် သင့်ရက်ချိန်းကို တက်ရောက်ခြင်း

Telehealth with the Royal Melbourne Hospital

ထိုက်သင့်သလို သင်သည် သင့်ဆရာဝန်နှင့်ပြသခြင်းကို ဗီဒီယိုဖုန်းခေါ်ခြင်းမှတစ်ဆင့် အွန်လိုင်းဖြင့် ပြသဆွေးနွေးနိုင်ပါသည်။

ဗီဒီယိုဖုန်းခေါ်ခြင်းသည် ဖုန်းခေါ်ဘိသကဲ့သို့ အဆင်ပြေပါသည်။ မျက်နှာချင်းဆိုင်တွေ့၍ လုပ်ပေးပါသည်။

၎င်းသည် သင့် အချိန်နှင့် ငွေကြေးကို သက်သာစေနိုင်ပြီး သင်၏ စောင့်ရှောက်မှုကို အိမ်နှင့် ပိုမိုနီးကပ်စေပါသည်။



ကျွန်ုပ်၏ ရက်ချိန်းကို တက်ရောက်ရန် ကျွန်ုပ် မည်သည့်နေရာသို့ သွားရမည်နည်း။

သင့် ရက်ချိန်းကို တက်ရောက်ရန်အတွက် လုပ်ရန်မှာ-

<https://thermh.org.au/telehealth>

သို့မဟုတ် ဆေးခန်း စောင့်ဆိုင်းနေရာသို့ဝင်ရောက်ရန် ဤ QR ကုဒ်ကို သုံးပါ-

သင့်ရက်ချိန်းသို့ သွားမည့်အစား သင် ဆေးခန်း၏ အွန်လိုင်း စောင့်ဆိုင်းနေရာကို သင် ကလစ်နှိပ်ပါ။ သင် ရောက်ချိန်၌ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုအဖွဲ့ကို အကြောင်းကြားလိုက်ပြီး သင့် ဆရာဝန်သည် အဆင်ပြေသည့်အခါ သင်နှင့် စကားပြောပါမည်။ စာရင်းတစ်ခု ဖွင့်လှစ်ရန် မလိုပါ။ သင် ရေးသွင်းသည့် မည်သည့်အချက်အလက်ကိုမျှ သို့လှောင်မထားပါ။

- ✓ **ဗီဒီယိုဖုန်းခေါ်ရန် ကျွန်ုပ် မည်သည့်အရာ လိုပါသလဲ။**
- ✓ **အင်တာနက်လိုင်းနှင့် ကောင်းကောင်း အဆက်အသွယ်**
အကယ်၍ သင် အွန်လိုင်းဖြင့် ဗီဒီယို ကြည့်နိုင်လျှင် (ဥပမာ- YouTube) သင် ဗီဒီယိုဖုန်းခေါ်နိုင်ပါသည်။
- ✓ **ဆရာဝန်နှင့်ဆွေးနွေးနေစဉ် သင့်အား အနှောင့်အယှက် မဖြစ်သည့် သီးသန့်၊ အလင်းရောင် ကောင်းကောင်း နေရာတစ်ခု**
- ✓ **နောက်ကျောစာမျက်နှာတွင်ပြထားသည့် ဝက်ဘ်ဘရောက်ဇာများ အနက်မှ လတ်တလောမှုကွဲတစ်ခု-**
 - Google Chrome, Microsoft Edge, Mozilla Firefox သို့မဟုတ် Apple Safari
- ✓ **ဝက်ဘ်-ကင်မရာ၊ စပီကာ နှင့် မိုက်ကရိုဖုန်း**
(လက်ဖက်ရည် သို့မဟုတ် မိုဘိုင်းဖုန်းများတွင် အသင့်ရှိပြီး ဖြစ်ရမည်)

ဗီဒီယိုဖုန်းကို မည်သို့ခေါ်ရမည် အပို အချက်အလက်များကို လိုက်လံကြည့်ပါ

🔒 ၎င်းမှာ လုံခြုံစိတ်ချရပါသလား။

ဗီဒီယိုဖုန်းခေါ်မှုများမှာ လုံခြုံစိတ်ချရသည်- သင့် ကိုယ်ရေးအသေးစိတ်ကို ကာကွယ်ပေးထားသည်။ သင့်တွင် သင့်ကိုယ်ပိုင် သီးခြား ဗီဒီယိုအခန်းရှိပြီး ခွင့်ပြုခံရသည့် ဆရာဝန်များကသာ ဝင်နိုင်ပါသည်။

💰 ဗီဒီယိုဖုန်းခေါ်မှုမှာ မည်မျှ ကုန်ကျမည်နည်း။

ဗီဒီယိုဖုန်းခေါ်မှုမှာ (သင့် အင်တာနက် သုံးစွဲမှုအတွက်မှလွဲ၍) အခမဲ့ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော်လည်း ဆရာဝန်ပြသသည့် ပုံမှန်ကုန်ကျစရိတ်များ- အကယ်၍ ရှိလျှင်- ပေးရသေးမည်ဖြစ်ပါသည်။

📶 ကျွန်ုပ် အင်တာနက် ဒီတာ (data) မည်မျှ သုံးရမည်နည်း။

သင်နှင့်စကားပြောရန် ဆရာဝန်ကို စောင့်ဆိုင်းနေစဉ် အတွင်း မည်သည့်ဒီတာမျှ သုံးစွဲမည် မဟုတ်ပါ။

ဗီဒီယိုဖြင့် ဆွေးနွေးခြင်းသည် YouTube ဗီဒီယိုကို အရောင်ပိုရိပ် ကောင်းကောင်း (High Definition)* ဖြင့် ကြည့်စဉ် သင် သုံးလိုက်မည့် ဒီတာ၏ ထက်ဝက်အောက် သုံးစွဲပါသည်။

သုံးသည့် ဒီတာသည် အရှိန်ပိုနည်းသည့် အင်တာနက် ဆက်သွယ်မှုများ သို့မဟုတ် အကယ်၍ သင် အင်အားပိုနည်းသည့် ကွန်ပျူတာ၊ တက်ပလက် သို့မဟုတ် စမတ်ဖုန်း သုံးနေလျှင် ပိုနည်းပါသည်။ ဤအကြောင်းခံများသည် ဗီဒီယိုဖုန်းခေါ်သည့် သာမန် အရည်အသွေးကိုလည်း လျော့နည်းစေနိုင်ပါသည်။

ဒီတာသုံးစွဲမှုသည် စကားပြောစဉ် လူနစ်ယောက်ထက် ပိုသည့်အခါ ပိုများပါသည်။

📱 စမတ်ဖုန်း နှင့် တက်ပလက် သုံးစွဲသူများ


သင် လုပ်နိုင်လျှင် သင့် မိုဘိုင်းဒီတာ သုံးစွဲမှုကို မလုပ်ရန် အိမ် သို့မဟုတ် အလုပ် Wi-Fi နှင့်ဆက်လိုက်ပါ။

* မိနစ် ၂၀ စကားပြောရန်အတွက် မိုဘိုင်းဖုန်းဖြင့် 230 MB ခန့် နှင့် ကွန်ပျူတာဖြင့် 450 MB ခန့် ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းမှာ Skype® သို့မဟုတ် Facetime® နှင့် အတူတူဖြစ်ပါသည်။

ဗီဒီယိုဖုန်းခေါ်ရန် အဆင်သင့်လုပ်ပါ



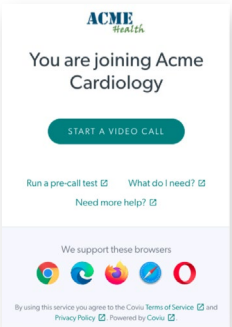
အောက်ပါဘရောက်ဇာများအနက်မှ လတ်တလော မူကွဲတစ်ခုကိုသာ သင် အသုံးပြုသည်ဖြစ်ကြောင်း သေချာပါစေ -

-  Google Chrome (Windows, Android, MacOS, iOS 14.3+)
-  Apple Safari (MacOS, iOS)
-  Mozilla Firefox (Windows, Android, MacOS, iOS 14.3+)
-  Microsoft Edge (Windows, Android, MacOS, iOS 14.3+)

 ကလစ်နှိပ်ရန်- <https://thermh.org.au/telehealth>

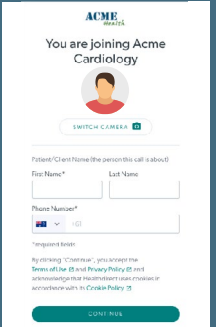
1

ပေးထားသည့် အချိတ်အဆက်(လင့်ခ်) ရှိ သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ ဝက်ဘ်ဆိုက်ရှိ 'Start A Video Call' ခလုတ်ကို နှိပ်ပါ။



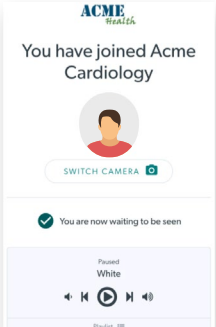
2

တောင်းဆိုလာသောအခါ အမည်နှင့် အသေးစိတ် အချက်များကို ရိုက်ထည့်ပါ



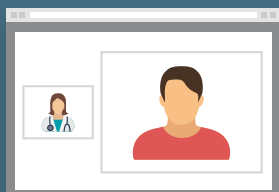
3

ဆေးခန်း၏ အွန်လိုင်း စောင့်ဆိုင်းရာနေရာ ကိုဝင်ပါ



4

ဆရာဝန်ရောက်လာပြီး ဆွေးနွေးမှုကို စတင်မည်



! တစ်စုံတစ်ခု အလုပ်မဖြစ်လျှင် ကျွန်ုပ် ဘာလုပ်ရမည်နည်း။

- ကြည့်ရှုရန်ဝက်ဘ်ဆိုက်- <https://vcc.healthdirect.org.au/troubleshooting>

ပိုမိုသော အချက်အလက်များ
 An interpreter will be available during your appointment.

If you would like to cancel or reschedule your appointment
 call 03 93427393.



Attending your appointment via a Video Call

Telehealth with the Royal Melbourne Hospital

Where appropriate, you can have your consultation online via a video call

Video calling is as convenient as a phone call, with the added value of face-to-face communication.

It can save you time and money, and brings your care closer to home.



Where do I go to attend my appointment?

To attend your appointment, go to:

<https://thermh.org.au/telehealth>

Or use this QR code to access the clinic waiting area:



Instead of travelling to your appointment, you enter the clinic's waiting area online. The health service is notified when you arrive, and your clinician will join you when ready. There is no need to create an account. No information you enter is stored.

What do I need to make a video call?

A good connection to the internet

If you can watch a video online (e.g. YouTube) you can make a video call

A private, well-lit area where you will not be disturbed during the consultation

A recent version of one of these Web Browsers as shown overleaf:

- Google Chrome, Microsoft Edge, Mozilla Firefox or Apple Safari

Web-camera, speakers and microphone (already built into laptops or mobile devices)

See over for more information on how to make a video call.

Is it secure?

Video calls are secure; your privacy is protected. You have your own private video room, that only authorised clinicians can enter.

How much does a video call cost?

The video call is free (except for your internet usage). However, the regular costs – if any – of a medical consultation still apply.

How much internet data will I use?

You don't use any data while waiting for a clinician to join you.

A video consultation uses less than half of the data you would use while watching a YouTube video in High Definition*.

Data use is less on lower-speed internet connections, or if you're using a less powerful computer, tablet, or smartphone. These factors can also reduce the overall quality of the call.

Data use increases when there are more than two participants in the call.



Smartphone & tablet users

If you can, connect to a home or work Wi-Fi network to avoid using your mobile data allowance.

* That's about 230 MB on a mobile device, and 450 MB on a PC for a 20 minute call, which is similar to Skype® or FaceTime®.

Get ready to make video calls



Make sure you use a recent version of one of the following browsers:

-  Google Chrome (Windows, Android, MacOS, iOS 14.3+)
-  Apple Safari (MacOS, iOS)
-  Mozilla Firefox (Windows, Android, MacOS, iOS 14.3+)
-  Microsoft Edge (Windows, Android, MacOS, iOS 14.3+)

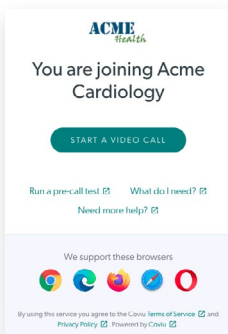


Go to

<https://thermh.org.au/telehealth>

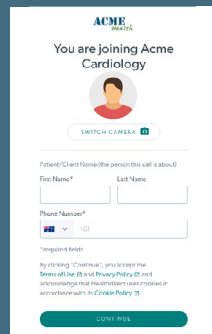
1

Click the Start A Video Call button in the link provided, or on the health service's website.



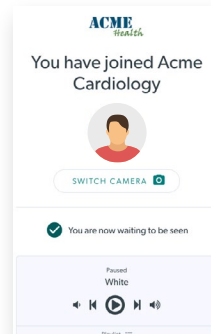
2

Enter name and details when prompted



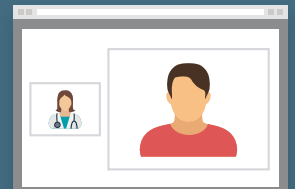
3

Enter the clinic's online Waiting Area



4

Clinician arrives and the consultation proceeds



! What do I do if something is not working?

- Go to <https://vcc.healthdirect.org.au/troubleshooting>

More information

An interpreter will be available during your appointment.

If you would like to cancel or reschedule your appointment call 03 93427393.